

МЕНЮ

(весна-лето)

на 26 марта 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 3							
День 2							
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	180	9,26	8,54	41,25	180	168
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
	Чай сладкий с молоком	180	2,67	2,34	14,31	105	394
Итого за завтрак		405	13,16	14,66	62,87	353	*
10.00	Ряженка	117	2,9	2,5	4,2	51	401
Обед	Огурец свежий	50	0,38	0,12	1,19	52	70
	Суп картофельный с мясными фрикадельками, сметаной	180/15/3	4,36	3,64	12,31	120	83
	Жаркое «По-домашнему»	140/20	10,67	17,56	20,68	311	276
	Клюквенный напиток	180	0,11	0,05	22,39	90	647
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
	Итого за обед		638	18,82	21,97	73,27	660
Полдник	Булка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	685
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за полдник		250	3,71	6,28	37,97	223	*
Ужин	Творожно-манный пудинг со сметаной	120	19,7	14,82	33,82	262	80
	Салат из моркови с сахаром	90	1,12	0,08	10,24	45	41
	Кисель	200	0,08	0,04	23,53	95	378
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		450	23,49	15,29	91,91	513	*
Итого за день:		1860	62,08	60,7	270,22	1800	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных